Ponte en forma, Somerville: *campaña comunitaria de prevención de la obesidad para niños culturalmente diversos*

Problemática

La obesidad se ha convertido en el trastorno nutricional más común en los Estados Unidos y su incidencia está aumentando entre los niños. La nutrición deficiente y la actividad física diaria insuficiente se cuentan entre las primeras causas de la obesidad. Pocos realizan actividades diarias que sean suficientes para alcanzar o mantener un buen estado físico. Además, muchos niños consumen alimentos que son bajos en valor nutricional y altos en grasas y calorías.

Se ha tratado aplicar una variedad de enfoques educativos a fin de prevenir la obesidad entre los individuos de alto riesgo, pero por sí solos, no han tenido mucho éxito. Por el contrario, los enfoques que intentan modificar el entorno en el que se toman las decisiones sobre los regímenes alimenticios y la actividad parecen ser muy prometedores. Entre los niños pequeños, las escuelas y las guarderías son posibles lugares donde pueden realizarse cambios en el entorno que prevengan la obesidad.

> **"Resulta alarmante que las tasas de obesidad entre los niños y adolescentes en los Estados Unidos se hayan duplicado en los últimos 20 años. Hoy nuestros niños corren un mayor riesgo de contraer enfermedades crónicas como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares que en los años anteriores."**
> Tommy G. Thompson
> Secretario, Departamento de Salud y Servicios Humanos

Respuesta

Un grupo de investigadores de *Friedman School of Nutrition Science and Policy* de Tufts University está colaborando con los padres, maestros, autoridades escolares y miembros de la comunidad para promover una campaña de prevención de la obesidad. La campaña estará diseñada para promover en las escuelas, los programas de cuidados de niños, los negocios y en las familias cambios que refuercen las comidas sanas y las actividades físicas. Entre los ejemplos de cambios ambientales que se pueden realizar como parte de la campaña se encuentran los siguientes: "crear rutas seguras para la iniciativa escolar", incrementar la disponibilidad de frutas y verduras en las cafeterías escolares, adiestrar a los profesores y a los líderes de programas que se realizan después del día escolar sobre hábitos alimenticios sanos y sobre programas de actividades físicas, adiestrar a los pediatras y enfermeras escolares, trabajar con los restaurantes para cambiar el tamaño de las porciones y las opciones de frutas y vegetales para los niños y aparecer en programas de televisión por cable dirigidos a la comunidad.

Los objetivos específicos del programa son:

- Evaluar la eficacia de un programa comunitario para la prevención de la obesidad (Ponte en forma, Somerville: come bien y juega con ganas (en inglés, *Shape Up Somerville: Eat Smart. Play hard)*);
- Ofrecer numerosas opciones de actividades físicas; y
- Mejorar el valor nutricional de las comidas ofrecidas diariamente a los niños.

Este trabajo de investigación proveerá información útil sobre las estrategias para asociarse con organizaciones de la comunidad a fin de cambiar los entornos que determinan los hábitos alimenticios de los niños y los niveles de actividad física.

Más información

Para más información acerca de este trabajo de investigación, comuníquese con Christina D. Economos, Ph.D., Assistant Professor/Scientist III, Tufts University, Gerald J. y Dorothy R. Friedman, School of Nutrition Science and Policy, 150 Harrison Ave, 2nd floor, Boston, MA 02111
Tel.: (617) 636-3784
Fax: (617) 636-3781
christina.economos@tufts.edu

Los fondos para esta investigación son gestionados a través de la segunda ronda del Programa Extramuro de Investigación para la Prevención (*Extramural Prevention Research Program*, EPRP) de los CDC. El programa EPRP se ocupa de financiar trabajos de investigación para la prevención que tengan relevancia tanto desde el punto de vista teórico como práctico. Para ello, los investigadores invitan a profesionales de la salud y a comunidades a participar en el proceso de investigación, que incluye la identificación de preguntas importantes para su comunidad y la interpretación y aplicación de los hallazgos del estudio en su comunidad. El programa EPRP apoya el otorgamiento de muchos de estos fondos para realizar investigaciones de interés para las comunidades en todos los Estados Unidos.

Para más información acerca del programa EPRP de los CDC, por favor comuníquese con: Office of Science and Extramural Research, Public Health Practice Program Office, CDC, 4770. Buford Highway, NE, MS K-56, Atlanta, GA 30341-3724
Tel: (770) 488-2070
Fax: (770) 488-8200
http://www.phppo.cdc.gov/od/oser

Marzo 2004

CDC
SAFER·HEALTHIER·PEOPLE™